

# TIMEPLAN BALLHALL

Sommer 2020, 15.06 – 17.08

Grønne timer er for alle medlemmer på treningssenteret

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
07.00	<b>07.15-08.00</b> 45 min <b>Sirkeltrening</b> Tatjana Til 22.06	<b>07.00-08.00</b> Hexatronic Fra 06.08	<b>07.15-08.00</b> 45 min <b>Tabata</b> Silje Til 24.06	<b>07.00-08.00</b> Vitux			
08.00							
09.00		<b>09.00-10.00</b> IABIL Fra 18.08		<b>09.00-10.00</b> Gross AS			
10.00				<b>10.00-11.00</b> IABIL Fra 20.08			
11.00							
12.00	<b>12.00-13.00</b> IABIL Innebandy Fra 17.08				<b>12.15-13.10</b> 55 min <b>Yoga</b> Sunniva Til 26.06		
14.00						<b>13:00-14:30</b> Conluo	
15.00	<b>15.00-16.00</b> Dustin	<b>15.00-16.00</b> Omsorgsbygg Innebandy Fra 01.09?	<b>15.00-16.00</b> Diabetes- forbundet Ballspill				
16.00	<b>16.15-17.00</b> 45 min <b>Tabata</b> Tatjana Til 22.06		<b>16.00-17.00</b> Diabetes- forbundet Ballspill Fra 01.08	<b>16.00-17.00</b> 60 min <b>Crosstraining</b> Camilla Til 25.06			
17.00		<b>17.00-17.30</b> 30 min <b>Styrke</b> Camilla Til 23.06					
18.00			<b>17.30-19.00</b> Bertel O Steen				
19.00		<b>19.00-20.00</b> Bryn Eiendom Fra 10.08					
20.00	<b>20.00-21.30</b> Impact Fotball	<b>20.00-21.00</b> T. Martinsen Fra 01.09					
21.00		<b>21.00-22.00</b> Bryn Eiendom Fra 10.08	<b>21.00-22.00</b> Bryn Eiendom Fra 10.08				